

社会的体格不安の測定に関する研究

磯貝浩久

The measurement of social physique anxiety of Japanese college students

【目的】

身体意識(body consciousness)に関する研究では、これまで身体イメージや身体図式あるいは身体カセクシス等の研究により検討されてきたが、身体や体格の社会的な評価に対する認知についてはほとんど検討されていない。

自分の体格は他人にどう思われているかという認識は、身体活動を積極的に行わせたり回避させたりする。例えば、体格に対する不満が運動行動への主要な動機づけ要因となり、また一方では、運動中の体格の様相は運動への参加を思いとどまらせることと関連する。あるいは、この認識はダイエットなどの食事制限を促したり、日常の活動を消極的にさせたりする。これらのことから、他人が自分の身体を評価することが不利な結果をしばしばもたらすという認識、換言すれば、社会的な体格に対する不安を検討する必要性が指摘できよう。

Elizabeth(1992)¹⁾らは社会的体格不安を、「自分の体格について他人が評価することを経験する中で生じる不安」として概念化している。

この概念に基づく社会的体格不安は、個人の体格を含む評価の存在や期待の結果生じる不安であり、社会的不安(他者の存在によって精神的動揺を体験しやすい傾向)の下位概念として位置づけられよう。

また、社会的体格不安は身体意識に関する研究分野の一部として見なされ、Schilder¹⁾が「各自が持つ自己自身の身体心像」として概念化した身体イメー

ジなどと密接に関連するものと思われる。

さらに、ここでの体格とは個人の身体の形や組織、特に身体の脂肪、筋肉、そして一般的な身体のプロポーションとして捉えられる。

社会的体格不安について検討することは、肥満に対する極度の恐れからもたらされる拒食症などを理解していく上で有効であろう。また、社会的体格不安と身体活動との関連、社会的体格不安の高い人の特徴（肥満度、性格特性、コーピングの仕方）などについて明らかにすることも重要な意味を持つものと思われる。

そこで本研究では、前述の社会的体格不安に関連する諸問題を解決するために不可欠な社会的体格不安を測定する尺度を作成することを試みる。

具体的には、Elizabeth (1992)¹⁾らが作成した社会的体格不安スケール (social physique anxiety scale: SPAS) を基に日本人への適用可能性を模索し、その日本語版を作成することを目的とした。尚、彼らはSPASを作成する際に構成概念的妥当性及び基準関連妥当性についての検討を行っており、従って本稿では、日本においても同様の因子構造を示すかという視点から因子的妥当性の検討を行うことと、信頼性に関して内的整合性と信頼性係数から検討を行うことが目的とされた。

また、女性が男性と比較して、身体に対する不満が大きき^{4).5).9)}、身体サイズを過大評価する傾向^{2).3).7)}があることから、社会的体格不安に関しても女性が男性よりも高い不安を示すという仮説を設定し、社会的体格不安の性差に関して検討を加えることとした。

【方法】

1) 調査対象

九州工業大学、九州大学、北九州大学、中村学園大学の学生1199名。

男子学生581名であり、女子学生618名である。

対象者の平均年齢は男子18.7才、女子19.3才。平均身長は男子170.9 cm、女子 158.3 cm。平均体重は男子62.2 kg、女子50.7 kgである (表1参照)。

表1 調査対象

	男性	女性	全体
人数(人)	581	618	1,199
年齢(歳)	18.7±0.94	19.3±1.04	
身長(cm)	170.9±5.32	158.3±4.86	
体重(kg)	62.2±8.29	50.7±5.84	

2) 調査期間

平成4年10月から平成5年6月にかけて調査を実施した。

3) 調査内容

Elizabeth(1992)¹⁾らが作成した社会的体格不安スケール(social physique anxiety scale: SPAS)を日本語に翻訳した質問紙。

「1.自分の体型について特に不都合は感じていない」、「2.やせすぎ、あるいは太りすぎにみえる服を着ても全然気にならない」、「3.自分の体型を気にしなくてよかったらよいのになあと思う」、「4.自分の体重や筋肉のつきぐあいので他人にあまり良く評価されていないと思うことがしばしばある」、「5.鏡をみてなかなか良い体型だと思う」、「6.時々自分の体型の悪さが気になって仕方ないことがある」、「7.他人と一緒にいると自分の体型が気になってしまう」、「8.自分の体型がどんなふうにも他人の目に写っていようと特に気にしない」、「9.自分の体型について他人が何かいっていることが分かったら嫌な気がする」、「10.体型がはっきりするような格好をするのは恥ずかしい」、「11.自分の体型が他人にみられていることがはっきり分かっても落ち着いていられる」、「12.水着を着ると体型が気になる」の12項目から構成される。

解答方法は各項目に対して、1.全然そんなことはない、2.少しは当てはまる、3.まあまあ当てはまる、4.良く当てはまる、5.とても良く当てはまるの5段階で行った。

日本語への翻訳に関しては、翻訳した項目について再度英語の専門家に検討してもらった後に項目を決定する方法を用いた。

また、学生を対象として予備調査を実施し、各項目についての理解に困難が生じるかどうかを確認した。

4) 分析手順

日本語版SPASの得点を算出し分析するため、ネガティブな意味を有する項目の得点はそのままとし、ポジティブな意味を有する項目の得点を逆転させて得点化した。従って、得点が高いほど社会的体格不安が高いことを示す。

分析方法は、1)まず内的整合性を調べ、2)折半法により信頼性を検討した。3)因子分析法により因子的妥当性の検討を行った。さらに、4)合計得点の男女間のt検定、5)各項目毎に χ^2 検定を行った。

尚、分析は九州大学電算機センターの統計用パッケージSPSSを用いて行った。

【結果と考察】

1. 項目分析について

日本語版SPASの内的整合性を検討するために項目分析を行った。項目分析は、各項目と項目の合計得点（該当する項目は除く）との相関係数を用いた。

その結果表2に示すように、男子学生においては「5.鏡をみてなかなか良い体型だと思う」で最も低い相関係数($r = .359$)を示し、「6.時々自分の体型の悪さが気になって仕方ないことがある」で最も高い相関係数($r = .656$)を示した。女子学生においては「9.自分の体型について他人が何かいっていることが分かったら嫌な気がする」で最も低い相関係数($r = .425$)を示し、「6.時々自分の体型の悪さが気になって仕方ないことがある」で最も高い相関係数($r = .654$)を示した。全対象者でみると「4.自分の体重や筋肉のつきぐあいのことで他人にあまり良く評価されていないと思うことがしばしばある」で最も低い

相関係数($r = .457$)を示し、「6.時々自分の体型の悪さが気になって仕方ないことがある」で最も高い相関係数($r = .728$)を示した。

男子学生、女子学生及び全対象者のいずれの分析においても、全ての項目に0.1%水準の有意性が認められた。

従って、日本語版SPASの12項目の内的整合性は確認されたといえよう。

表2 日本語版SPASの内的整合性

日本語版SPASの項目	全体得点との相関係数		
	全体	男性	女性
1. 自分の体型について特に不都合は感じていない。	.610	.497	.590
2. やせすぎ、或いは太りすぎにみえる服を着ても全然気にならない。	.601	.482	.435
3. 自分の体型を気にしなくて良かったらよいのになあと思う。	.686	.613	.547
4. 自分の体重や筋肉のつきぐあいの中で他人にあまり良く評価されていないと思うことがしばしばある。	.457	.488	.500
5. 鏡をみてなかなか良い体型だと思う。	.469	.359	.453
6. 時々自分の体型の悪さが気になって仕方ないことがある。	.728	.656	.654
7. 他人と一緒にいると自分の体型が気になってします。	.678	.621	.616
8. 自分の体型がどんなふうにも他人の目に写っていようと特に気にしない。	.627	.556	.508
9. 自分の体型について他人が何かいっていることが分かったら嫌な気がする。	.531	.433	.425
10. 体型がはっきりするような格好をするのは恥ずかしい。	.669	.601	.510
11. 自分の体型が他人にみられていることがはっきり分かって落ち着いていられる。	.627	.533	.475
12. 水着を着ると体型が気になる。	.727	.620	.564

2. 信頼性係数について

日本語版SPASの12項目の信頼性を検討するために、折半法によるSpeaman-Brownの公式により信頼性係数を求めた。その結果は表3に示すように、男子学生($r = .826$)、女子学生($r = .816$)、および全対象者($r = .878$)のいずれの分析においても高い信頼性係数が示された。従って、折半法による信頼性は確認されたものと思われる。

内的整合性と折半法によるSpeaman-Brownの公式により信頼性の検討を行ったが、いずれの分析においても高い信頼性を示す結果が得られたものと思われる。

表3 日本語版SPASの信頼性係数

	n	SPERMAN-BROWNの信頼性係数
全 体	1,199	.878
男 性	581	.826
女 性	618	.816

3. 因子的妥当性について

日本語版SPASの因子的妥当性を検討するために、対象者全体の1199名を対象として、主因子解とノーマル・バリマックス法による直交回転を行い、固有値1.0の基準で因子の抽出を試みた。

その結果表4に示すとおり、1因子が抽出され、その分散寄与率は43.4%であった。因子負荷量0.4以上の基準で項目を選択した結果、12項目全てが選択された。

特に、高い因子負荷量を示した項目としては、「6.時々自分の体型の悪さが気になって仕方ないことがある」、「12.水着を着ると体型が気になる」、「3.自分の体型を気にしなくてよかったら良いのになあと思う」等である。

これらのことより、日本語版SPASの因子的妥当性が確かめられたものと思われる。

表4 日本語版SPASの因子分析

因子	番号	負荷量	項目内容
F1 社会的体格不安 (43.4)	6	.770	時々自分の体型の悪さが気になって仕方ないことがある。
	12	.769	水着を着ると体型が気になる。
	3	.726	自分の体型を気にしなくて良かったらよいのになあと思う。
	7	.716	他人と一緒にいると自分の体型が気になってしまう。
	10	.706	体型がはっきりするような格好をするのは恥ずかしい。
	8	.662	自分の体型がどんなふうにも他人の目に写ってしようと特に気にしない。
	11	.661	自分の体型が他人にみられていることがはっきり分かっても落ち着いていられる。
	1	.645	自分の体型について特に不都合は感じていない。
	2	.635	やせすぎ、或いは太りすぎにみえる服を着ても全然気にならない。
	9	.563	自分の体型について他人が何かいっていることが分かったら嫌な気がする。
	5	.493	鏡をみてなかなか良い体型だと思う。
4	.485	自分の体重や筋肉のつきぐあいのことで他人にあまり良く評価されていないと思うことがしばしばある。	

注()は分散寄与率を示す。

4. 日本語版SPASの性差について

社会的体格不安は女性が男性よりも高い不安を示すという仮説を設定し、社会的体格不安の性差に関して検討を行った。

日本語版SPASの合計得点について男女間においてt検定を行った。その結果は表5に示すとおり、女子学生(M=45.5, SD=8.47)が男子学生(M=32.9, SD=9.39)と比べて0.1%水準で有意に高い値を示した。つまり、女子学生が男子学生よりも社会的体格不安が高い傾向にあることが示された。

このことは女性、特に青年期である女性は男性と比較して、自分の体格につ

表5 日本語版SPASの男女間のt検定

	M	S.D.	T-value	PROB
男 性	32.87	9.39	-24.44	P < .001
女 性	45.51	8.47		

いて他人が評価することを経験する中で高い不安が生じる傾向にあるものと思われる。

さらに、各項目毎の男女間の相違を検討するために、 χ^2 検定を行った。その結果、全ての項目で0.1%水準で有意な差が認められ、女子学生が12項目全てにおいて高い傾向にあった。つまり、社会的体格不安を構成する全ての項目で女性が高い不安を示していたものと考えられる。

日本語版SPASの合計得点のt検定及び、日本語版SPASの各項目毎の χ^2 検定の両分析の結果から、社会的体格不安は女性が男性よりも高い不安を示すという仮説が支持されたものと思われる。

身体カセクシスや身体情緒に関する先行研究においても、女性が男性と比較して、身体に対する不満が大きく^{2),3),7)}、身体サイズを過大評価する傾向^{4),5),9)}があることが指摘されており、社会的体格不安についても同様の傾向が示されたものと思われる。

【まとめ】

本研究は、Elizabeth(1992)¹⁾らが作成した社会的体格不安スケール(social physique anxiety scale: SPAS)を基に、日本人へ適用可能な社会的体格不安尺度を作成することを試みた。また、社会的体格不安の性差に関して検討を行った。

主な結果は以下のように要約される。

- 1) 内的整合性を調べる項目分析の結果と折半法による信頼性係数の結果から日本語版SPASの信頼性は確かめられた。

- 2) 主因子解とノーマル・バリマックス法による因子分析の結果から日本語版SPASの因子的妥当性が確認された。
- 3) 日本語版SPASの合計得点の男女間比較の結果及び各項目毎の男女間比較の結果から、女性が男性と比べて社会的体格不安が高い傾向にあることが示された。

これらのことから、社会的体格不安スケールの日本語版の信頼性、因子的妥当性が確かめられ、日本語版SPASの質問紙としての客観性が確認されたものと思われる。今後は日本語版SPASを用いて、社会的体格不安と身体活動との関連、社会的体格不安と肥満度や性格特性との関係、あるいは社会的体格不安の高い人のコーピングの仕方等について検討していく必要がある。

付記) 本研究は、平成5年度文部省科学研究費奨励研究A(05780080)の補助を受けて行われた研究の一部である。

【文献】

- 1) Elizabeth, A. H., Mark, K. L. and Rejeski, W. J.: The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11 : 94-104, 1989
- 2) Fischer, S.: *Body experience in fantasy and behavior*. New York Appleton-Century Crofts, 1970
- 3) Gray, S. H.: Social aspects of body-image-perception of normalcy of weight and affect of college undergraduates. *Perceptual and Motor Skills*, 45 : 1035-1040, 1977
- 4) Guggenheim, K., Pozanski, R. and Kaufman, N.: Body build and self-perception in 13-and 14-year-old Israeli children. *Israeli Journal of Medical Science*, 9 : 120, 1973
- 5) Hueneman, R., Shapiro, L. R., Hampton, M. C. and Mitchell, B. W.: A longitudinal study of gross body composition and body conformation and their association with food and activity in a teen-age population. *American Journal of Clinical Nutrition*, 18 : 325, 1966
- 6) 磯貝浩久, 佐久本壽代, 橋本公雄, 徳永幹雄, 小宮秀一, 高柳茂美, 瀧豊樹: 社会的体格不安の測定に関する研究, 九州体育学会第42回大会号, 49, 1993
- 7) Kurtz, R. M.: Sex differences and variations in body attitudes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33 : 625-629, 1969

- 8) Leary, M. R.: Social anxiousness-The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment*, 47 : 66-75, 1983
- 9) Miller, T. M., Linke, J. G. and Linke, R. A.: Survey on body image, weight and diet of college students. *Journal of American Dietetic Association*, 77 : 561-566, 1980
- 10) 太田鐵男：身体意識とスポーツ，*体育の科学*，40-4 : 256-260, 1990
- 11) Schilder, P.: *The image and appearance of the human body*. New York International Universities Press, 1935
- 12) Secord, P. F. and Jourard, S. M.: The appraisal of body cathexis-Body cathexis and the self. *Journal of Consulting Psychology*, 17 : 5, 343-347, 1953
- 13) 白山正人：身体意識の病理，*体育の科学*，40-4 : 269-273, 1990
- 14) 菅原健介：自意識尺度 (self-consciousness scale) 日本語版作成の試み，*心理学研究*，55-3 : 184-188, 1984

〈日本語版SPAS〉

氏名() 男・女 学籍番号()
 現在の身長は(cm), 体重は(kg), 年齢は(歳)
 ()

あなたの体型について聞きます。該当する答えを下から1つ選び番号を□の中に記入してください。

回答番号

1. 全然そんなことはない 2. 少しは当てはまる 3. まあまあ当てはまる
 4. 良く当てはまる 5. とても良く当てはまる

回答

- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. 自分の体型について特に不都合は感じていない。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. やせすぎ, 或いは太りすぎにみえる服を着ても全然気にならない。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 自分の体型を気にしなくてよかったら良いのになあと思う。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 自分の体重や筋肉のつきぐあいのことで他人にあまり良く評価されていないと思うことがしばしばある。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 鏡をみてなかなか良い体型だと思う。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 時々自分の体型の悪さが気になって仕方ないことがある。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 他人と一緒にいると自分の体型が気になってしまう。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 自分の体型がどんなふうにも他人の目に写っていようと特に気にしない。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 自分の体型について他人が何かいっていることが分かったら嫌な気がする。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 体型がはっきりするような格好をするのは恥ずかしい。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 自分の体型が他人にみられていることがはっきり分かって落ち着いていられる。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 水着を着ると体型が気になる。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |